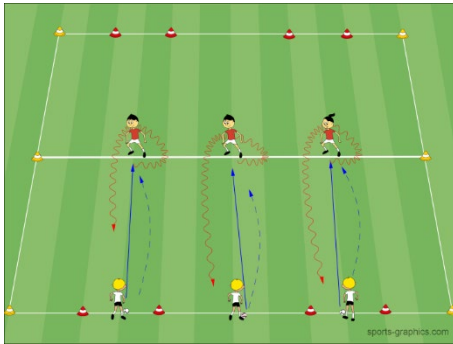




1 VS. 1 - AUSFÜHRUNG DER AUSSPIELBEWEGUNG



Organisation:



Feldgröße **20 x 15 Meter**



Material **14 Hütchen, Bälle**



Anzahl Spieler **6 pro Feld**



Dauer **10 - 15 Minuten**



Altersgrupp(en)

**U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten**



Trainingsform

Spielform

Ablauf:

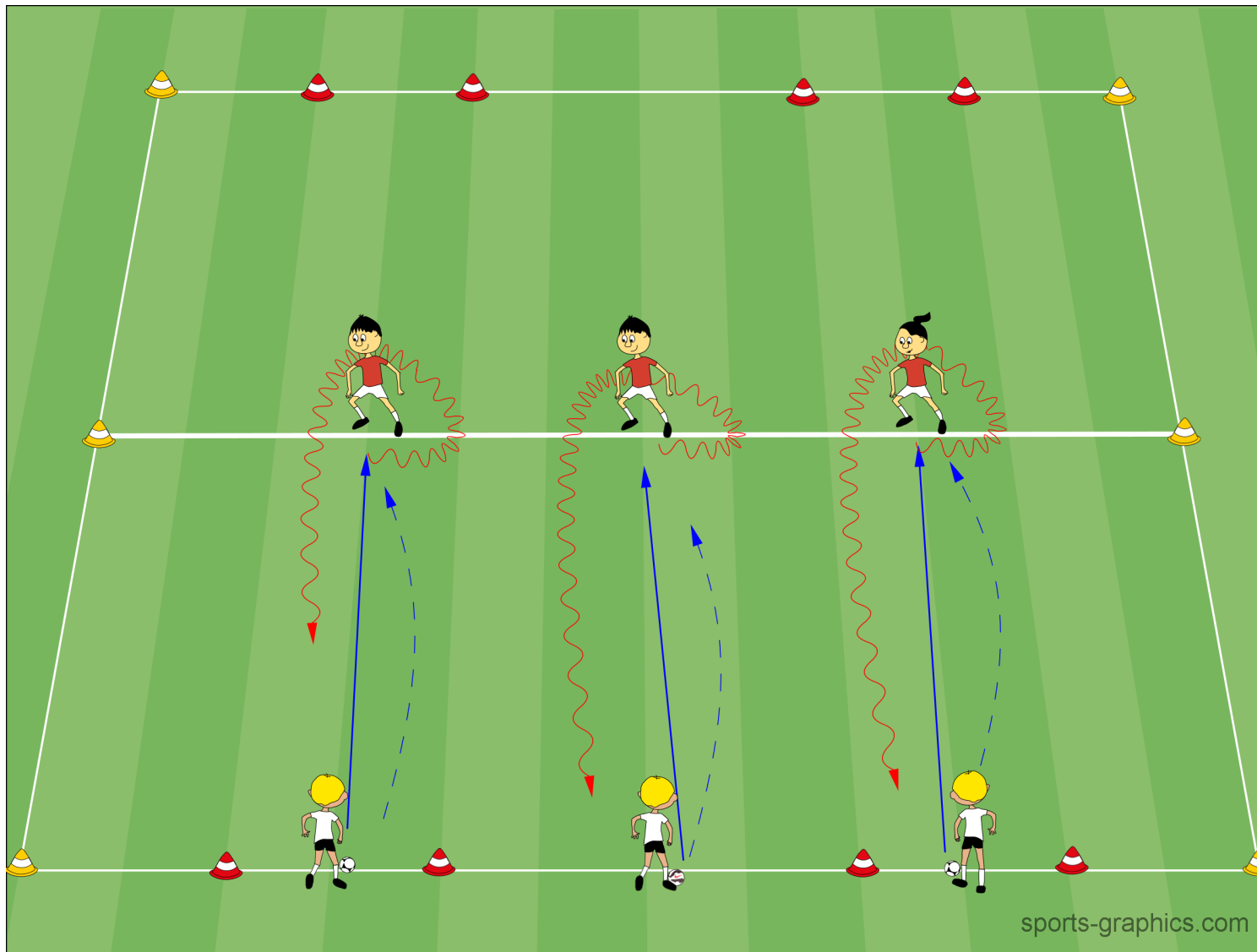
Die weißen Spieler passen zu ihrem jeweiligen roten Partner und laufen anschließend nach und werden zu Verteidiger. Die roten Spieler drehen sich nach der Ballannahme mit dem Rücken zu ihren Gegenspielern und versuchen, das 1 vs. 1 so zu lösen, dass sie wieder in Spielrichtung aufdrehen und den Zweikampf bestreiten können. Anschließend freies Spiel auf die Tore. Erobert Weiß den Ball, darf es auf die Dribbeltore auf der gegenüberliegenden Seite kontern.

Varianten:

- 2 vs. 1
- 2 vs. 2
- 3 vs. 2

Coachingtipps:

- Der Angreifer dreht sich zur Seite auf, führt einen Übersteiger aus und nimmt den Ball mit der Außenseite zur anderen Seite mit.
- Den Gegenspieler dabei mit dem Arm und Hüfte blocken
- Richtige Entscheidung in der gegnerischen Hälfte treffen
- Mit Tempo
- Finte im richtigen Moment setzen



1 VS. 1 - AUSFÜHRUNG DER AUSSPIELBEWEGUNG